

ว่านชักมดลูก

สมุนไพรสำหรับสตรีและคุณแม่หลังคลอด

อรุณรัตน์ ทองคำ

สารบัญฉบับนี้ฉบับประจำเดือนสิงหาคม เป็นเดือนแห่งวันแม่ ทุกคนต่างให้ความสำคัญกันมากก็เลยขอนำสมุนไพรสรรพคุณดีสำหรับคุณแม่มาฝากกันค่ะ สำหรับสมุนไพรที่จะขอลำถึงคือว่านชักมดลูกซึ่งเป็นสุดยอดของสมุนไพรสำหรับผู้หญิง ซึ่งอาจจะเคยเห็นกันในรูปแบบของผลิตภัณฑ์ที่จำหน่ายอยู่ในห้องตลาด ภูมิปัญญาของหมอพื้นบ้านนำว่านชักมดลูกมาใช้ดูแลสุขภาพผู้หญิงที่มีมดลูกหย่อนยาน หรือคุณแม่หลังคลอด หากลองสังเกตในผลิตภัณฑ์ของยาสตรีส่วนใหญ่มักจะมีว่านชักมดลูกเป็นส่วนประกอบอยู่ด้วย

ว่านชักมดลูกจะมีอยู่ ๒ ชนิด คือ ว่านชักมดลูกตัวเมีย (*Curcuma comosa*) และ ว่านชักมดลูกตัวผู้ (*Curcuma latifolia*)

ว่านชักมดลูกตัวเมีย ขอเรียกสั้นๆ ในบทความนี้ว่า ว่านตัวเมีย ลักษณะหัวกลมรีตามแนวตั้งแขนงสั้น

ว่านชักมดลูกตัวผู้ (*Curcuma latifolia*) หรือว่านตัวผู้ มีลักษณะต่างไปเล็กน้อย คือหัวใต้ดินจะกลมแบนกว่า แขนงข้างจะยาวกว่า แต่บางครั้งแขนงข้างถูกตัดออกไป หรือหักไป ทำให้จำแนกไม่ชัดเจนนัก ผู้ไม่คุ้นเคยอาจจำแนกไม่ได้ และมักมีปัญหาในการซื้อขาย





ว่านชักมดลูกตัวผู้



ว่านชักมดลูกตัวเมีย

หากผ่าดูเนื้อในเปรียบเทียบกัน ว่านตัวเมีย จะมีสีขาวนวล วงในมีสีชมพูเรื่อๆ ทั้งไว้สัสมพุงจะเข้มข้น ส่วนเนื้อในว่านตัวผู้มีสีคล้ายกัน แต่วงในออกสีเขียวแกมเทาอ่อนๆ ทั้งไว้จะออกสีชมพูเข้มขึ้นเรื่อยๆ เช่นกัน แต่หากผู้ซื้อไม่มีตัวอย่างเทียบเคียงจะจำแนกยาก

ส่วนที่นำมาใช้ประโยชน์ทางยา คือ เหง้าหรือหัว จากการทดลองทางวิทยาศาสตร์ พบว่า ว่านชักมดลูกออกฤทธิ์คล้ายฮอร์โมนเอสโตรเจน (estrogen) ที่พบมากในเพศหญิง แต่มีฤทธิ์อ่อนกว่า จึงเหมาะนำมาใช้ ประโยชน์ทางยากับผู้หญิงวัยหมดประจำเดือน สตรีที่ประจำเดือนมาไม่ปกติ หรือมีปัญหาเกี่ยวกับมดลูก หรือสตรีหลังคลอดบุตร เพราะมีสรรพคุณ ทางยาที่บันทึกเอาไว้ว่า มีการนำว่านชักมดลูกมาตากแดดให้แห้ง นำไปบด เป็นผง ประุงเป็นยาทั้งรูปแบบยาเดี่ยวและยาดำรับ แก้มดลูกพิการ มดลูกปวดบวม ชักมดลูกให้เข้าอยู่ในสตรีหลังคลอด ขับน้ำคาวปลา แก่ประจำเดือนมาไม่ปกติ แก่ธาตุพิการอาหารไม่ย่อย แก่ริดสีดวงทวาร แก่มะเร็งและแก่ฝีต่างๆ และมีสตรีที่นิยมรับประทานว่านชักมดลูก เพื่อ ประโยชน์เรื่องความสวยความงาม บำรุงผิวพรรณให้เต่งตึง

ผลข้างเคียงจากการรับประทานว่านชักมดลูก หากใช้ในปริมาณมาก หรือใช้ติดต่อกันเป็นเวลานาน จะส่งผลกระทบต่อสุขภาพ มีเลือดออกใน ช่องคลอด มีอาการปวดท้อง จากการศึกษาทดลองในห้องปฏิบัติการ พบว่า สารสกัดจากว่านชักมดลูก มีฤทธิ์กระตุ้นการหลั่งน้ำดีและเกลือแร่ ช่วยลดระดับคอเลสเตอรอล จึงไม่ควรใช้กับผู้ที่ปัญหาท้องน้ำดีอุดตัน



สำนักวิทยบริการและเทคโนโลยีสารสนเทศ

เป็นนิ่วในถุงน้ำดี รายที่ป่วยเป็นโรคเรื้อรังเกี่ยวกับการเจริญหรือก่อกลายพันธุ์ของเนื้อร้าย เช่น มะเร็ง ซีสต์ หรือเนื้องอก จึงไม่ควรรับประทานยาที่ปรุงหรือสกัดจากว่านชักมดลูก เพราะอาจส่งผลให้มีอาการรุนแรงมากขึ้น ผู้ที่มีปัญหาดังกล่าว ควรปรึกษาแพทย์ก่อน

ว่านชักมดลูก หรือ ว่านทรหด มีชื่อวิทยาศาสตร์ว่า *Curcuma xanthorrhiza* จัดอยู่ในวงศ์ Zingiberaceae เป็นพืชสกุลเดียวกับขมิ้นชัน

ใบว่านชักมดลูก ใบเดี่ยวเรียงเวียนสลับ รูปขอบขนานแกมรูปรี ปลายใบแหลมเป็นติ่งยาว ขอบใบเรียบ กลางใบมีแถบสีม่วงเข้มยาวตลอดใบ ก้านใบเป็นกาบยาว

ดอกว่านชักมดลูก ดอกออกเป็นช่อเชิงลด รูปทรงกระบอก ลักษณะคล้ายดอกกระเจียว แทงช่อออกจากเหง้าก่อนผลิใบ เมื่อดอกโรยแล้วจึงผลิใบ ดอกย่อยสีขาวอมเหลือง เกสรตัวผู้สีเหลือง ส่วนตัวที่เป็นหมันจะสีขาว กลีบปากสีเหลืองมีแถบสีเหลืองเข้มยาวลึกเข้าหา กลางดอก ใบประดับด้านล่างสีขาวมีแต้มสีม่วงตรงปลายใบประดับด้านบนสีม่วงแกมขาว

ผลว่านชักมดลูก ผลแห้ง แตกได้

ส่วนที่ใช้เป็นยา : หัวเหง้า





ว่านชักมดลูก มีคุณสมบัติ และให้ความปลอดภัยในการใช้ สำหรับผู้หญิงมากกว่าวาวเครือ เพราะว่านชักมดลูกมีฤทธิ์ทำให้กล้ามเนื้อ กระชับ เสริมหน้าอก ทำให้ผิวพรรณขาวนวล ลบรอยเหี่ยวย่นได้ แต่ ว่านชักมดลูก มีคุณสมบัติที่พิเศษ คือ ช่วยรักษามดลูกที่หลุดตัว หรือ เรียกว่ามดลูกต่ำให้เข้าที่ นอกจากนี้ยังช่วยกระชับช่องคลอด กระชับหน้า ท้องที่หย่อนยานอันเกิดจากการคลอดบุตร ทำให้หน้าท้องตึงเรียบ เหมือนสาว ๆ และยังช่วยให้ผู้หญิงที่อารมณ์ทางเพศหายไป กลับมามี เหมือนเดิม ว่านชักมดลูก ยังช่วยให้ผู้หญิงที่มีอารมณ์ฉุนเฉียว จิตใจ ห่อเหี่ยว อ่อนไหวง่าย โกรธง่ายหายไ้ ทำให้ตึกคักเข้มแข็งขึ้น อีกทั้งยัง ช่วยป้องกันมะเร็งปากช่องคลอด หรือภายในมดลูก ช่วยรักษาสีผิว และ เนื้อเยื่อภายในช่องคลอดให้ผ่องตัว หรือเด็กลงด้วย นอกจากนี้ยังช่วยลด อาการปวดประจำเดือนได้อย่างได้ผลชะงัก

แต่ทั้งนี้การใช้ ว่านชักมดลูก เพียงอย่างเดียวจะให้สรรพคุณ ได้ไม่มากเท่าที่ควร ตามตำราโบราณได้ระบุถึงการนำสมุนไพรมาใช้งานว่า ต้องปรุงขึ้นตามสูตรยานั้นๆ และจำเป็นต้องอาศัยสมุนไพรอีกหลายชนิด ผสมเข้าไป จึงจะช่วยให้ออกฤทธิ์ และได้ผลสูงสุด ซึ่งสรรพคุณของว่าน ชักมดลูก ที่มีบันทึกตามตำรับยาแผนโบราณเมื่อหลายร้อยปีก่อน ได้ระบุ ถึงผลการนำมาบำบัดอาการต่างๆ ที่เกิดขึ้นกับร่างกายไว้ดังนี้



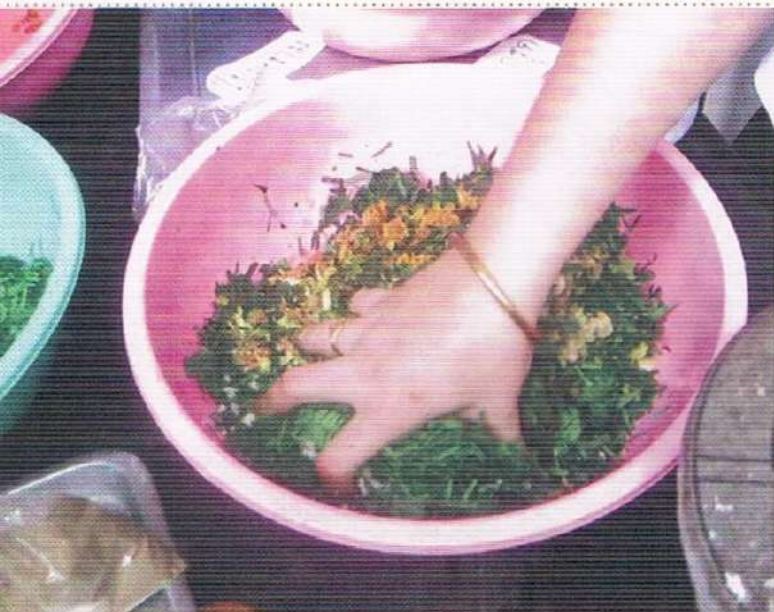
นักศึกษาแพทย์แผนไทย สมาคมแพทย์แผนไทยจังหวัดนครศรีธรรมราช ฝึกปฏิบัติการดูแลมารดาหลังคลอด

ตำรายาไทย

เหง้า รักษาเลือดออกจากมดลูกหลังคลอด รักษาผดผื่นอักเสบ
แก้ตับอักเสบ แก้ปวดท้อง ขับน้ำดี รักษาอาการประจำเดือนมาไม่ปกติ
แก้อาการปวดท้องระหว่างมีประจำเดือน ตกขาว ขับน้ำคาวปลา แก้ธาตุ
พิการอาหารไม่ย่อย แก่ริดสีดวงทวาร

หัวตำดองด้วยสุรารับประทานครั้งละไม่เกิน ๒ ช้อนโต๊ะ
สำหรับคนคลอดบุตรใหม่ๆ แก้เจ็บปวดมดลูก ทำให้มดลูกเข้าอู่หรือเข้าที่
ไม่อักเสบ ในชายที่เป็นไส้เลื่อน หรือกระษัยกล่อนลงฝีปวดเสียวลูกอัณฑะ
อัณฑะแข็งเป็นเส้น เจ็บปวด ใช้หัวฝนกับสุราทาบริเวณที่เจ็บปวด เป็นเวลา
๓-๔ วัน





ว่านชักมดลูก นำมาผสมกับตัวสมุนไพรต่างๆ เพื่อทำลูกประคบ

รูปแบบและวิธีการใช้ ว่านชักมดลูก ในสตรี

ระยะแรก ซึ่งเป็นระยะที่เริ่มมีประจำเดือน จะช่วยให้ร่างกายเจริญเติบโตตามลักษณะของผู้หญิงที่ควรจะเป็น เช่น ไม่มีอาการปวดประจำเดือน ร่างกายแข็งแรง ผิวพรรณผ่องใส หน้าอกเต่งตึงตามวัย ช่วยรักษาอาการตกขาวที่ผิดปกติ และทำให้อารมณ์แจ่มใสขึ้น

ระยะที่สอง วัยแต่งงานหรือมีบุตรแล้ว จะช่วยทำให้อารมณ์ทางเพศสมบูรณ์ขึ้น ช่องคลอดกระชับ หน้าอกเต่งตึงอยู่เสมอ หน้าท้องไม่ย้วยหลังจากการคลอดบุตร นอกจากนี้ยังช่วยทำให้อารมณ์จิตใจแจ่มใสสดชื่น ช่วยดับกลิ่นไม่พึงปรารถนา และสลายรอยเหี่ยวย่นตามร่างกายทั่วไปได้ดี

ระยะที่สาม หรือระยะเริ่มเข้าสู่วัยทอง คือหลังจากอายุ ๔๕ ปีขึ้นไป ว่านชักมดลูกจะช่วยไม่ให้เกิดอารมณ์หงุดหงิด มีนหัว หน้ามืด อ่อนเพลีย เหนื่อยง่าย อาการร้อนวูบวาบ ปวดเนื้อ ปวดหัว อารมณ์ฉุนเฉียว โมโหง่าย จิตใจห่อเหี่ยวซึมเศร้า ท้อแท้ ความจำเสื่อม นอนหลับยาก เวลาร่วมเพศไม่มีอารมณ์ น้ำหล่อลื่นไม่มี อาการเหล่านี้ตามตำราโบราณได้มีบันทึกไว้ว่า “ว่านชักมดลูก” สามารถช่วยแก้ปัญหาต่างๆ นี้ได้



ข้อควรระวังในการใช้ขมิ้นสด

๑. มีอาการตกขาวมากกว่าปกติ ซึ่งเป็นเรื่องที่พบได้บ่อยที่สุด แต่ก็มีคำแนะนำว่าสามารถรับประทานต่อไปได้เลย

๒. มีอาการเวียนศีรษะ ปวดศีรษะ ตัวร้อน มีอาการไอเหมือนจะเป็นไข้ ซึ่งมักจะเกิดขึ้นได้สตรีที่ร่างกายไม่แข็งแรง และมีคำแนะนำว่าให้หยุดรับประทานสักพักจนกว่าอาการไข้จะหายไป แล้วให้รับประทานต่อในปริมาณที่ลดลงครึ่งหนึ่ง

๓. มีผื่นขึ้นบริเวณผิวหนังและตามลำตัว ซึ่งเป็นอาการที่พบได้น้อย มีคำแนะนำว่าถ้าหากอาการไม่รุนแรงมากจนเกินให้รับประทานต่อได้ แต่ถ้าผื่นมากก็ให้ลดปริมาณลงครึ่งหนึ่ง หากอาการดีขึ้นค่อยกลับมารับประทานในปริมาณที่กำหนด

๔. มีอาการปวดหน้าอก ตึงหน้าอก หรือปวดมดลูก ข้องคลอตแนะนำว่าหากมีอาการดังกล่าวให้ลดปริมาณยาลงครึ่งหนึ่ง หลังจากอาการดีขึ้นค่อยรับประทานในปริมาณที่กำหนด

๕. สำหรับสตรีวัยทอง หรือวัยหมดประจำเดือน หลังจากรับประทานอาจจะมีการมีประจำเดือนใหม่เกิดขึ้นได้ โดยคุณสมารถรับประทานต่อไปได้ ประจำเดือนก็จะค่อยๆ หดไปเอง





ว่านชักมดลูก

๖. หากได้รับประทานว่านชักมดลูก ห้ามรับประทานของคาวจัด หรือมันเสียจนเกินไป เพราะจะทำให้ตัวยาอ่อนฤทธิ์ลงได้

ว่านชักมดลูกเป็นสมุนไพรที่ดูแลสุขภาพร่างกายของสตรี ทั้งภายนอกคือการนำมาเป็นส่วนผสมของการทำลูกประคบ และการอยู่ไฟของมารดาหลังคลอด ส่วนการดูแลรักษาภายในซึ่งในว่านชักมดลูก มีสารออกฤทธิ์ที่เรียกว่า ไฟโตเอสโตรเจน ที่สำคัญที่คล้ายกับฮอร์โมน เอสโตรเจนของสตรี ซึ่งวงการแพทย์ต่างก็ยอมรับว่าสาร ไฟโตเอสโตรเจน นี้ประสิทธิภาพในการรักษาสุขภาพต่างๆ ของสตรีได้

ที่มา : คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล

www.samunpri.com/ว่านชักมดลูก/

ขอขอบคุณ : สมาคมแพทย์แผนไทยจังหวัดนครศรีธรรมราช อาจารย์ละออง ฤกษ์มงคล อาจารย์อุรา หอมอ่อน, ดร.พนรัญชณ์ พลภักดี, อาจารย์สอด จารุชัย, อาจารย์สารีย์ เพชรรัตน์ อาจารย์ประภาส จันทรวุ่น